

A white dove is shown in flight against a clear blue sky. The background features a stylized Russian flag with red, white, and blue horizontal stripes. In the upper right, a white rounded square contains the number '3' and the word 'сентября'. Below this, the text 'ДЕНЬ СОЛИДАРНОСТИ В БОРЬБЕ С ТЕРРОРИЗМОМ' is written in large, bold, white capital letters.

3

сентября

**ДЕНЬ
СОЛИДАРНОСТИ
В БОРЬБЕ
С ТЕРРОРИЗМОМ**

Правила поведения в толпе

10 правил, которые помогут вам сохранить здоровье в местах массового скопления людей. А ситуация в толпе может измениться за пару минут. Быть подготовленным к такому стоит всегда. Что вам поможет?

**1. Старайтесь не попадать в места
массового скопления людей**



2. Оставьте все предметы и одежду, которые могут представлять опасность



Если вы планируете посетить массовое мероприятие, то следует продумать одежду, в которой вы отправитесь на мероприятие. Девушкам не следует надевать просторные платья, балахоны, а также одежду, на которой есть шнуровки либо верёвочки. Оставьте серьги и пирсинг дома. Если вы уже одели на мероприятие галстуки, шарфы, цепочки или бусы, то лучше снимите. Девушкам не стоит одевать обувь на высоком каблуке или платформе, да и некоторым парням тоже

3. Подальше от пьяного



Если вы заметили в толпе пьяного человека, то от него следует держаться подальше.

4. Никогда не следуйте против движения толпы



Если вы случайно оказались в толпе, то постарайтесь выбраться, но двигаться против потока толпы нельзя.

6. Не наклоняйтесь!



Если толпа настроена агрессивно, то не стоит подбирать упавшие вещи — могут затоптать.

9. Если упали



Если вы упали, то попытайтесь резким скачком подняться на ноги. Если встать не получается, то цепляйтесь за одежду других людей, чтобы подняться. Если встать никак не получается, то лучшая поза — это поза эмбриона. Свернитесь калачиком, подбородок прижмите к груди, колени к голове, руками закрывайте голову. После всего следует обратиться в медицинское учреждение. В шоковом состоянии можно не заметить даже серьёзную внутреннюю травму.

5. Витрины, решётки и узкие проходы — опасные места



Избегайте опасных мест. К таким местам относится пространство у сцены или возле раздевалок. Очень опасными являются узкие проходы и стеклянные витрины.

7. В центре толпы опаснее всего



При движении толпы постарайтесь, чтобы вас не оттеснили к её центру. Во время движения толпы не хватайтесь за поручни, перила, различные предметы, т. к. у вас всё равно не хватит сил за них удержаться, а увечья могут появиться.

10. Дело пахнет керосином



Если толпу пытается разогнать полиция, то не стоит бежать ей навстречу. У полиции просто нет времени разбираться в вашей невинности.

11. Вместо эпилога

Выучите наизусть пару мобильных телефонов родственников. И никогда не попадайте в опасные ситуации!
